

Рекомендации родителям имеющим ребёнка с ограниченными возможностями здоровья

Появление больного ребёнка в семье в большинстве случаев изменяет весь её уклад, особенно психологический климат. Все члены семьи находятся в состоянии стресса.

Но нет ничего постыдного в том, что у вас родился ребёнок с ограниченными возможностями. Даже если иногда Вы чувствуете себя отвратительно и думаете, почему это произошло именно с Вами. Это нормально, что в начале Вы испытываете бурю эмоций, которые могут принести вред и матери и ребёнку.

Психиатры выделяют несколько типичных реакций, связанных с рождением ребёнка -инвалида.

Первая реакция-отрицание и шок. Конечно, родителям очень трудно поверить в случившееся в течении



нескольких дней, недель и даже лет. Дальше наступает глубокая печаль. Родители чувствуют себя беспомощными и отстранёнными от внешнего мира. Такое состояние приводит к гневу и разочарованию.

Родители страдают сами и зачастую просто-напросто учат страдать ребёнка. Хотя, на самом деле, не диагноз заставляет чувствовать ребёнка себя неполноценным, а отношение к этому диагнозу окружающих.

Конечно, каждое определённое заболевание ребёнка-инвалида требует специфического ухода, а также специальных знаний и умений. Но, что касается психологии и общих правил поведения, есть несколько универсальных рекомендаций.

Во-первых, необходимо обеспечить малыша – инвалида грамотным уходом, включающим в себя элементы развития; максимально возможно при-вить ему навыки самообслуживания; способствовать социализации его в обществе. Во-вторых, надо поддерживать здоровую психологическую атмосфе-ру в семье;



не обделять вниманием и любовью друг друга, а также других детей и членов семьи; стремиться к тому, чтобы у всех членов семьи была воз-

можность саморазвития и полноценной жизни. Полное самоотречение ради малыша не только не полезно ему, а в большинстве случаев и вредно. Ребёнку с первых месяцев жизни важно ощущать стабильность и спокойствие своего окружения. Ни в коем случае не следует отгораживаться от окружающей жизни, стесняться своего ребёнка. В противном случае хроническая стрессовая ситуация нарастает, у матери возникает повышенная раздражительность, постоянное ощущение внутреннего беспокойства, нарушается сон, аппетит, появляются головные боли и другие отклонения в состоянии её здоровья, особенно часто развивается невротическое состояние. Находясь в болезненном состоянии, мать мало чем может помочь своему малышу. Немаловажное значение в семье с больным ребёнком имеет поведение отца и других членов семьи. От поведения отца во многом зависит эмоциональное состояние матери, её душевное равновесие. Если отец проявляет выдержку, разум,

благородство, терпение, оказывает постоянную моральную поддержку жене и помощь в воспитании ребёнка, семейные отношения укрепляются, и более успешно проводится вся лечебно-коррекционная работа.

Однако не всегда родные, друзья могут понять состояния родителей, на долю которых выпало нелёгкое испытание. В этом случае помочь преодолеть сложный период родителям могут те родители, у которых ребёнок с похожим отклонением в развитии и они успешно преодолели трудный период. Объединение родителей в группы взаимопомощи очень важно для них, так как это помогает уйти от чувства одиночества, безысходности. Помогая друг другу, родители не замыкаются на своём горе и, таким образом, находят более конструктивное решение своей проблемы.

Посмотрите на ситуацию с другой стороны: дана возможность пересмотреть свою жизнь, собрать всю свою силу, волю и полюбить ребёнка таким, какой он есть; жить вместе с ним радоваться жизни и помогать другим мамам с такими же проблемами обрести душевное равновесие.

